

LITERATUR REVIEW



**PENGARUH *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION*
TERHADAP PENURUNAN KADAR GLUKOSA
DARAH PADA PASIEN DIABETES
MELITUS TIPE 2.**

KARYA ILMIAH AKHIR

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat
untuk Memperoleh Gelar Ners**

Oleh:

**YUYUS FEBSYNA FERONIKA
NIM. 2001032024**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2022**

LITERATUR REVIEW



**PENGARUH *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION*
TERHADAP PENURUNAN KADAR GLUKOSA
DARAH PADA PASIEN DIABETES
MELITUS TIPE 2.**

KARYA ILMIAH AKHIR

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat
untuk Memperoleh Gelar Ners**

**Oleh:
YUYUS FEBSYNA FERONIKA**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2022**


HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Yuyus Febsyna Feronika, S.Kep
NIM : 2001032024
Judul Karya Ilmiah : Pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini telah Disetujui Pembimbing

Jember, 10 Maret 2022

Pembimbing,


Ns. Hendra Kurniawan., S.Kep., M.Ked. Trop
NPK. 1984051211103585

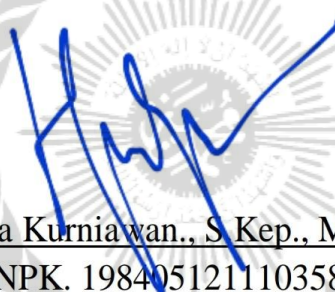
HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Yuyus Febsyna Feronika, S.Kep
NIM : 2001032024
Judul Karya Ilmiah : Pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini telah Disetujui, Disahkan

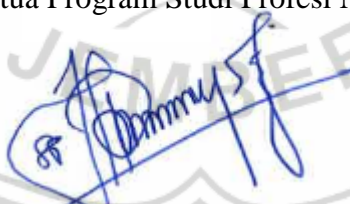
Jember, 10 Maret 2022

Pembimbing,




Ns. Hendra Kurniawan., S.Kep., M.Ked. Trop
NPK. 1984051211103585

Ketua Program Studi Profesi Ners



Ns. Susi Wahyuning Asih, S.Kep.M.Kep
NPK. 19750920 1 0804491

Disahkan oleh:
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember



Ns. Sasmiyanto, S.Kep.M.Kes
NPK. 19790416 1 0305358

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Karya Ilmiah Akhir ini (KIA) ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber, baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Jika dikemudian hari didapatkan bukti bahwa KIA saya hasil plagiasi orang lain, saya bersedia menerima sanksi sesuai undang-undang dan peraturan yang berlaku.

Jember, 10 Maret 2022

Nama : Yuyus Febsyna Feronika, S.Kep
NIM : 2001032024
Tanda Tangan :



HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah hirobbil'alamin.....Segala puji bagi Allah atas terselesaikannya KIA ini. Dengan segala kerendahan hati, saya persembahkan Karya ini untuk :

1. Orang tuaku tercinta (H. Jahja dan Hj Suliha), beserta seluruh keluarga besar. Terima kasih tak terhingga atas semua dukungan , bantuan dan do'anya.
2. Suamiku Iwan Wahyudi, terima kasih atas semua dukungan dan nasehatnya, anakku tercinta Fathiya Azkadina, yang selalu mendo'akan dan selalu memberi semangat buat bunda, senyumanmu adalah sumber semangatku.
3. Teman-teman satu profesi reguler sore FIKES unmu Jember dan Saudara-saudaraku semua yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga karya ilmiah akhir yang berjudul “Pengaruh Progressive Muscle Relaxatio Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2” ini dapat terselesaikan dengan baik. Karya ilmiah akhir ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners di Universitas Muhammadiyah Jember.

Dalam penyusunan karya ini tidak lepas dari segala bimbingan dan bantuan berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Dr. Hanafi, M.Pd., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ns. Sasmiyanto, S,Kep., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Ns. Susi Wahyuning Asih, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Ns. Hendra Kurniawan., S.Kep., M.Ked. Trop, selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak memberikan masukan, bimbingan dan arahan kepada penulis.
5. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang turut serta dalam penyelesaian karya ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun demi perbaikan di masa mendatang.

Jember, Maret 2022

Penulis



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
C. Manfaat	5
1. Penulis	5
2. Fasilitas Kesehatan	5
3. Institusi Pendidikan Keperawatan	5
4. Penulis Selanjutnya	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Progressive Muscle Relaxation (PMR).....	6
1. Definisi	6
2. Tujuan.....	6

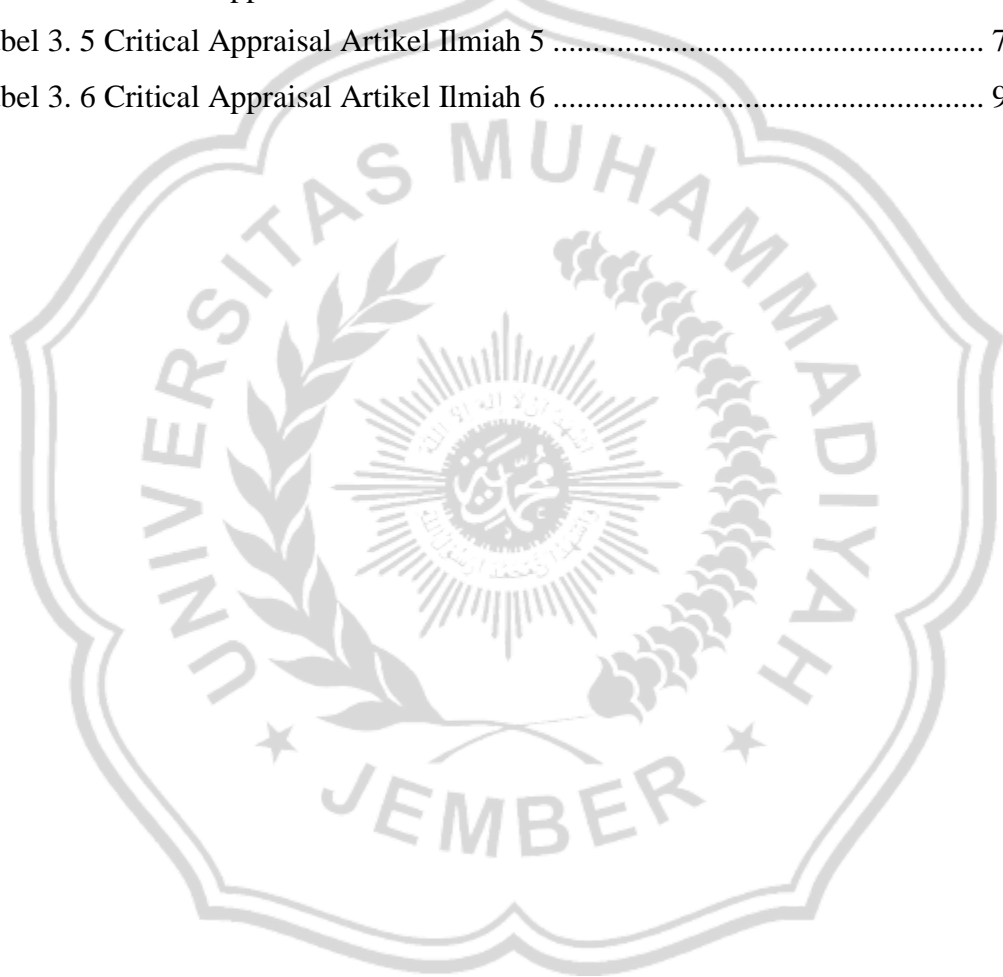
3. Manfaat.....	7
4. Indikasi PMR.....	8
5. Kontraindikasi PMR.....	8
6. Aplikasi dan Dosis PMR	8
7. Pelaksanaan PMR.....	9
B. Konsep Diabetes Melitus	14
1. Definisi	14
2. Manifestasi Klinis.....	14
3. Etiologi	16
4. Klasifikasi.....	18
5. Patofisiologi.....	19
6. Penatalaksanaan.....	20
C. Glukosa Darah.....	23
1. Definisi	23
2. Pemeriksaan Kadar Gula Darah	23
3. Mekanisme Pengaturan Kadar Glukosa Darah.....	26
BAB III LITERATURE REVIEW	27
A. Metodologi	27
B. Artikel Ilmiah 1	28
C. Artikel Ilmiah 2.....	39
D. Artikel Ilmiah 3	49
E. Artikel Ilmiah 4.....	62
F. Artikel Ilmiah 5	75
G. Artikel Ilmiah 6.....	87
BAB IV PEMBAHASAN.....	98
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	102

A. Kesimpulan	102
B. Saran.....	103
DAFTAR PUSTAKA	104
LAMPIRAN.....	106



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Critical Appraisal Artikel Ilmiah 1	32
Tabel 3. 2 Critical Appraisal Artikel Ilmiah 2	43
Tabel 3. 3 Critical Appraisal Artikel Ilmiah 3	55
Tabel 3. 4 Critical Appraisal Artikel Ilmiah 4	67
Tabel 3. 5 Critical Appraisal Artikel Ilmiah 5	79
Tabel 3. 6 Critical Appraisal Artikel Ilmiah 6	91



DAFTAR LAMPIRAN

Ringkasan Artikel Ilmiah

Standar Prosedur Operasional Manajemen Relaksasi Otot Progresif

Jurnal 1 *The Effect of Jacobson's Progressive Muscle Relaxation Technique along with Structured Exercise Program on HbA1c in Type II Diabetes Mellitus Patients*

Jurnal 2 *The Effectiveness Of Progressive Muscle Relaxation (PMR) On Blood Glucose Levels With Diabetics”*

Jurnal 3 *The effect of progressive muscle relaxation on glycated hemoglobin and health-related quality of life in patients with type 2 diabetes mellitus*

Jurnal 4 Pengaruh Progressive Muscle Relaxations Terhadap Kualitas Tidur Dan Kadar Glukosa Darah Di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang

Jurnal 5 *Progressive Muscle Relaxation (PMR) Is Effective To Lower Blood Glucose Levels Of Patients With Type 2 Diabetes Mellitus*

Jurnal 6 *The Decreased Blood Sugar Levels of Type 2 Diabetes Mellitus Patients with Progressive Muscle Technique*